

## **BAB III**

### **METODE PENELITIAN**

#### **3.1 Desain Penelitian**

Penelitian menggunakan pendekatan campuran (*mixed method*). Pendekatan penelitian campuran (*mixed method*) mengombinasikan penggunaan data kuantitatif dan kualitatif dalam satu penelitian. Penggunaan pendekatan campuran didasarkan atas pertimbangan untuk memanfaatkan kelebihan dari pendekatan penelitian kuantitatif maupun kualitatif secara bersamaan sehingga dapat memperoleh gambaran dan pemahaman yang lebih mendalam tentang fenomena penelitian dibandingkan ketika menggunakan satu pendekatan penelitian saja.

Penelitian menggunakan desain *explanatory sequential* yang tahapannya mendahulukan pengumpulan data kuantitatif, kemudian melakukan pengumpulan data kualitatif untuk membantu menjelaskan dan mengelaborasi hasil data kuantitatif secara lebih merinci. Data kuantitatif cenderung memberikan hasil yang bersifat umum dan data kualitatif diperlukan untuk lebih menjelaskan dan memperluas gambaran umum (Creswell, 2012, hlm. 543).

Penelitian kuantitatif dilakukan untuk melihat gambaran umum kondisi citra tubuh siswa, sedangkan penelitian kualitatif dilakukan untuk mendeskripsikan kondisi citra tubuh siswa berdasarkan aspek citra tubuh Cash dan Puzinsky (2004) secara lebih rinci. Data yang telah diolah dijadikan dasar analisis kebutuhan bagi siswa dengan citra tubuh negatif. Hasil analisis kebutuhan dirumuskan dalam pengembangan rancangan layanan konseling kelompok dengan pendekatan psikologi positif untuk mengembangkan citra tubuh positif pada siswa kelas X SMKN 1 Bandung Tahun Ajaran 2019/2020.

#### **3.2 Partisipan Penelitian**

Partisipan penelitian ialah siswa kelas X SMKN 1 Bandung Tahun Ajaran 2019/2020. Pemilihan partisipan didasarkan pada beberapa pertimbangan.

- 1) Siswa SMK berada pada fase remaja sedang mengalami perkembangan fisik yang pesat, maka dari itu remaja sedang disibukkan dengan fisik, terlebih

remaja putri. Mayoritas siswa SMKN 1 Bandung ialah berjenis kelamin perempuan, maka hal tersebut menjadi pertimbangan pemilihan partisipan.

- 2) Berdasarkan studi pendahuluan yang telah dilakukan pada satu kelas di SMKN 1 Bandung, diketahui adanya fenomena citra tubuh negatif pada siswa yang dinyatakan dalam persentase yaitu terdapat 50% siswa dengan citra tubuh positif dan 50% siswa dengan citra tubuh negatif.
- 3) Tugas perkembangan yang harus dipenuhi salah satunya ialah individu mampu menerima keadaan fisiknya dan menggunakannya secara efektif serta SKKPD SMK antara lain pada aspek pengembangan diri yaitu menerima keunikan diri dengan segala kelebihan dan kekurangan (Depdiknas, 2008).
- 4) Secara teknis, partisipan dipilih atas dasar pelaksanaan layanan bimbingan dan konseling di SMKN 1 Bandung yang hanya terjadwal di kelas X.

### 3.3 Populasi dan Sampel

Populasi penelitian ialah siswa kelas X di SMKN 1 Bandung Tahun Ajaran 2019/2020 dengan jumlah 435 orang yang terbagi dalam 4 jurusan yaitu jurusan Akuntansi Keuangan Lembaga (AKL), jurusan Otomatisasi Tata Kelola Perkantoran (OTKP), jurusan Bisnis Daring dan Pemasaran (BDP) dan jurusan Usaha Perjalanan Wisata (UPW). Secara lebih rinci, jumlah populasi laki-laki ialah 48 orang (11%) dan perempuan 387 orang (89%).

Sampel penelitian untuk instrumen kuantitatif berjumlah 100 orang. Individu yang berpartisipasi dalam pengumpulan data kuantitatif juga berpartisipasi pada pengumpulan data kualitatif, sehingga data kualitatif dapat memberikan rincian yang relevan dan mendalam terhadap data kuantitatif. Pengambilan sampel menggunakan pendekatan *nonprobability sampling* dengan teknik *quota sampling*. Penentuan jumlah sampel merujuk pada Frankel dan Walen (1993) yang menyebutkan jumlah minimal sampel pada penelitian deskriptif adalah 100 orang. Jumlah sampel sebanyak 100 orang dibagi secara proporsional berdasarkan jumlah siswa per jurusan dan persentase jenis kelamin sehingga sampel terdiri 11% atau sejumlah 11 orang laki-laki dan 89% atau sejumlah 89 orang perempuan. Berikut rincian jumlah sampel.

Tabel 3.1  
*Kuota Sampel Berdasarkan Jurusan*

<b>Jurusan</b>	<b>Jumlah Siswa</b>	<b>Proporsi</b>	<b>Kuota</b>
AKL	131	30%	30
BDP	135	31%	31
OTKP	101	23%	23
UPW	68	16%	16
Jumlah			100

Sampel penelitian kualitatif yaitu 20 orang yang dipilih berdasarkan pengolahan data kuantitatif. Sebanyak 10 orang dengan skor citra tubuh paling rendah dan 10 orang dengan skor citra tubuh paling tinggi dipilih menjadi sampel penelitian kualitatif.

### **3.4 Instrumen Penelitian**

#### **3.4.1 Definisi Operasional Variabel**

Citra tubuh didefinisikan secara operasional dalam penelitian sebagai penilaian siswa kelas X SMKN 1 Bandung Tahun Ajaran 2019/2020 terhadap penampilan fisik yang terdiri dari bentuk tubuh, ukuran tubuh dan estetika penampilan setiap bagian tubuh berdasarkan penilaian dirinya maupun orang lain yang dimanifestasikan pada pendapat, perasaan, dan perilaku terhadap tubuh. Terdapat lima aspek citra tubuh yang diungkap dalam penelitian.

- 1) Evaluasi penampilan adalah pendapat partisipan terhadap kondisi tubuhnya secara keseluruhan;
- 2) Orientasi penampilan adalah perilaku partisipan dalam memperhatikan, merawat dan memperbaiki kondisi tubuh sebagai upaya yang dilakukan untuk meningkatkan penampilan diri.
- 3) Kepuasan terhadap bagian tubuh adalah perasaan partisipan terkait kepuasannya terhadap bagian tubuh secara spesifik.
- 4) Kecemasan menjadi gemuk adalah perasaan dan perilaku partisipan terkait kewaspadaan terhadap penambahan berat badan.
- 5) Pengkategorian ukuran tubuh yaitu pendapat individu terkait berat dan bentuk badan yang dikategorikan dari sangat kurus hingga sangat gemuk.

### 3.4.2 Pengembangan Instrumen

Instrumen yang digunakan terdiri instrumen kuantitatif dan kualitatif. Instrumen kuantitatif ialah instrumen *Multidimensional Body Self Relation Questionnaire-Appearance Scale* (MBSRQ-AS) yang diadaptasi dari Widiasti (2016) dan instrumen kualitatif berupa pertanyaan terbuka (*open ended question*) yang disusun peneliti.

#### 3.4.2.1 Instrumen Kuantitatif

Instrumen kuantitatif yang digunakan terdiri dari 34 butir item yang merujuk pada aspek citra tubuh menurut Cash dan Puzinsky (2004) yang terdiri dari evaluasi penampilan, orientasi penampilan (*appearance orientation*), kepuasan bagian tubuh tertentu (*body area satisfaction*), kecemasan menjadi gemuk (*overweight preoccupation*) dan pengkategorian ukuran tubuh (*self-classified weight*). Berikut kisi-kisi pengungkap kondisi citra tubuh remaja.

Tabel 3.2  
*Kisi-Kisi Instrumen Kuantitatif Citra Tubuh*

Dimensi	Aspek	Indikator	Nomor	Σ
Citra tubuh	Evaluasi penampilan	Evaluasi penampilan secara keseluruhan	6,8,12,15,16 21,22,34	8
	Orientasi penampilan	Perhatian individu terhadap penampilan dirinya termasuk usaha yang dilakukan untuk memperbaiki dan meningkatkan penampilan dirinya	1,4,5,9,10,13, 14,17, 18, 19, 20, 23,24	12
	Kepuasan terhadap bagian tubuh	Kepuasan individu terhadap bagian tubuh tertentu secara spesifik	26,27,28,29, 30,31,32,33	8
	Kecemasan menjadi gemuk	Kecemasan individu terhadap kegemukan, kewaspadaan terhadap berat badan, dan perilaku diet	7,11,25	3
	Pengkategorian ukuran tubuh	Persepsi dan penilaian individu terhadap berat badan	2,3	2
Jumlah				33

Instrumen tersebut menggunakan skala likert. Jawaban responden terangkum pada lima jawaban pilihan yaitu sangat tidak setuju, agak tidak setuju, biasa saja,

agak setuju dan sangat setuju dengan memberikan tanda centang (✓) pada salah satu alternatif jawaban yang paling sesuai dengan keadaan responden.

### 3.4.2.2 Instrumen Kualitatif

Instrumen berupa pertanyaan terbuka (*open ended question*) yang terdiri dari 10 butir pertanyaan. Setiap butir pertanyaan yang diberikan kepada siswa tidak memiliki pilihan jawaban, sehingga siswa dapat menjawab dengan lebih rinci terkait kondisi citra tubuhnya. Instrumen disusun berdasarkan aspek citra tubuh menurut Cash dan Puzinsky (2004).

Tabel 3.3  
*Kisi-Kisi Instrumen Kualitatif Citra Tubuh*

Aspek	Indikator	Pertanyaan
Evaluasi penampilan	Evaluasi penampilan secara keseluruhan	1. Bagaimana pendapat atau penilaian anda terhadap penampilan fisik anda? 2. Apa dampak yang dirasakan dari komentar orang lain terkait penampilan fisik anda?
Orientasi penampilan	Perhatian individu terhadap penampilan dirinya dan usaha yang dilakukan untuk memperbaiki dan meningkatkan penampilan diri	3. Mengapa anda perlu memperhatikan penampilan fisik? 4. Apa upaya yang anda lakukan untuk memperbaiki penampilan fisik?
Kepuasan terhadap bagian tubuh tertentu	Kepuasan individu terhadap bagian tubuh	5. Apakah anda puas terhadap setiap bagian tubuh anda? 6. Jelaskan alasan jika anda puas atau tidak puas terhadap bagian tubuh tertentu?
Kecemasan menjadi gemuk	Kecemasan atau kewaspadaan individu terhadap berat badan dan perilaku diet yang dilakukan	7. Apa yang anda rasakan terkait kemungkinan penambahan berat badan anda secara signifikan? 8. Apakah anda melakukan diet karena khawatir dengan penambahan berat badan?
Pengkategorian ukuran tubuh	Penilaian individu terhadap berat badan	9. Apakah berat badan anda termasuk proporsional? 10. Jelaskan alasan anda menganggap berat badan

Aspek	Indikator	Pertanyaan
		anda proporsional atau tidak proporsional?

### 3.4.3 Pengujian Instrumen

Instrumen kuantitatif diuji validitas dan reliabilitasnya untuk mengukur kelayakan penggunaan instrumen dalam mengukur variabel citra tubuh.

#### 1) Uji Validitas

Uji validitas dilakukan menggunakan *software SPSS* versi 23.0 untuk mengukur kesesuaian instrumen dalam mengukur variabel citra tubuh. Terdapat total 34 item dalam instrumen yang dua di antaranya tidak dapat dianalisis secara kuantitatif karena merupakan variabel kategori yang mengukur persepsi dan penilaian individu terhadap berat badan. Validitas data dianalisis melalui prosedur pengujian *Spearman's rho* dengan taraf signifikansi 5%. Hasil pengolahan data menyatakan terdapat 27 item valid dengan 2 item variabel kategori dan 5 item tidak valid.

#### 2) Uji Reliabilitas

Uji reliabilitas dilakukan untuk melihat tingkat keterandalan instrumen dengan menggunakan *software SPSS* versi 23.0. Analisis reliabilitas menggunakan rumus *Alpha Cronbach*. Hasil uji reliabilitas instrumen ialah 0,795. Berdasarkan kriteria reliabilitas instrumen, angka tersebut menyatakan instrumen berada pada kategori reliabilitas yang tinggi sehingga layak untuk digunakan dalam penelitian.

### 3.5 Prosedur Penelitian

Berikut tahapan penelitian yang dilaksanakan.

- 1) Mengumpulkan data dengan menyebarkan instrumen kuantitatif terlebih dahulu kepada partisipan penelitian yang menghasilkan data mentah kondisi citra tubuh siswa.
- 2) Mengolah dan menganalisis data dengan melakukan penyekoran dan menggunakan metode statistik deskriptif sebagai dasar analisis kondisi citra tubuh siswa.

- 3) Mengumpulkan data dengan menyebarkan instrumen kualitatif kepada partisipan penelitian yang sudah dipilih
- 4) Mengolah dan menganalisis data dengan melakukan pengkodean dan pemadatan fakta terhadap pola jawaban siswa karena instrumen yang digunakan berbentuk pertanyaan terbuka.
- 5) Data penelitian diinterpretasi berdasarkan teori dan penelitian sebelumnya untuk mendapatkan gambaran citra tubuh siswa secara utuh.

### 3.6 Analisis Data

#### 3.6.1 Analisis Data Kuantitatif

- 1) Verifikasi data dilakukan dengan pengecekan jumlah instrumen dan memeriksa kelengkapan data yang diisi oleh siswa.
- 2) Setiap jawaban siswa pada kuesioner diberikan bobot skor berdasarkan pola penyekoran Butir pernyataan pada instrumen tersebut bersifat *favorable* dan *unfavorable* dengan pola penyekoran ditampilkan pada tabel 3.4.

Tabel 3.4  
*Pola Penyekoran Instrumen Kuantitatif*

Pernyataan	Skor Alternatif Respons				
	SS	S	BS	TS	STS
<i>Favorable (+)</i>	5	4	3	2	1
<i>Unfavorable (-)</i>	1	2	3	4	5

Data jawaban berupa bobot nilai skor tiap butirnya diinput pada *software Microsoft Excel 2013* untuk kemudian dianalisis dan dilakukan pengujian validitas dan reliabilitas menggunakan bantuan *software SPSS 23 for Windows*.

- 3) Penyekoran jawaban siswa dilakukan sesuai dengan skor skala likert yang termasuk dalam skala ordinal. Kemudian, dilakukan transformasi data menjadi skala interval, sehingga data berdistribusi normal dan dapat digunakan dalam proses pengolahan data menggunakan statistika parametrik. Proses transformasi data menggunakan metode suksesif internal dengan bantuan *software Microsoft Excel 2013* dengan tahapan berikut (Sugiyono, 2013, hlm. 25).
  - a) Menghitung frekuensi ( $f$ ) jawaban subjek pada setiap kategori respons.

- b) Menghitung proporsi dengan membagi frekuensi dengan jumlah responden.
  - c) Menghitung proporsi kumulatif melalui penjumlahan proporsi secara berurutan pada setiap kolom skor.
  - d) Menentukan nilai Z dengan menggunakan tabel distribusi normal baku.
  - e) Menentukan densitas nilai Z.
  - f) Menghitung nilai skala (*scale value*).
- 4) Pengolahan data dilakukan dengan pengelompokan data menjadi dua kategori yaitu positif dan negatif. Langkah yang dilakukan untuk menentukan kategorisasi mengacu pada rumus berikut. (Azwar, 2006, hlm. 109).

$$x \text{ ideal} = \frac{\text{skor maksimal}}{\Sigma \text{ kategori}}$$

Keterangan:

$x \text{ ideal}$  = rata-rata ideal

$\text{skor maksimal}$  = skor maksimal dari alternatif respons

$\Sigma \text{ kategori}$  = jumlah kategori

- 5) Responden dikelompokkan pada kategori dengan acuan yang ditampilkan pada tabel 3.5.

Tabel 3.5  
*Kategorisasi Citra Tubuh*

No.	Kategori Citra Tubuh	Rentang Skor Mean
1	Citra tubuh positif	$x > 2.50$
2	Citra tubuh negatif	$x \leq 2.50$

### 3.6.2 Analisis Data Kualitatif

Data kualitatif yang sudah dikumpulkan diolah melalui proses analisis data berikut.

- 1) Mengeksplorasi data melalui proses pengodean dengan pengorganisasian informasi dalam segmentasi teks atau gambar dengan memberi label menjadi segmen atau kategori.
- 2) Hasil pengodean diolah dalam proses reduksi data. Reduksi data dilakukan dengan merangkum, mengumpulkan fakta sejenis, memilih hal pokok,



kemudian menentukan tema dan polanya. Tema dan pola yang dibangun berdasarkan data yang telah direduksi dapat memberikan gambaran yang jelas.

- 3) Menyajikan data dalam bentuk uraian menggunakan teks yang bersifat naratif atau disajikan dalam bentuk gambar, diagram atau tabel.
- 4) Menginterpretasi data atau temuan penelitian berdasarkan pandangan pribadi, membandingkannya dengan teori dan penelitian terdahulu yang relevan dengan topik penelitian.